

Raúl Gabriel Palacios-Rodríguez,¹
Catarina
Munguía-Miranda,²
Armando
Ávila-Leyva³

¹Coordinador clínico de Educación e Investigación en Salud, Unidad de Medicina Familiar 67
²Coordinadora delegacional de Investigación en Salud
³Coordinador clínico de Educación e Investigación en Salud, Unidad de Medicina Familiar 77

Instituto Mexicano del Seguro Social, Delegación Estado de México Oriente

Comunicación con:
 Raúl Gabriel Palacios-Rodríguez.
 Tel.: (01 55) 5755 0111 y 5755 1033, extensión 259.
 Fax: (01 55) 5569 4780.
 Dirección electrónica: rgpr.imss67@salud.gob.mx
 raul.palacios@imss.gob.mx
 raulgabriel@salud.gob.mx

Sobrepeso y obesidad en personal de salud de una unidad de medicina familiar

RESUMEN

Introducción: por su incremento progresivo, el sobrepeso y la obesidad son importantes problemas de salud pública en México y el mundo. **Objetivo:** identificar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en personal de salud de una unidad de medicina familiar del Instituto Mexicano del Seguro Social.

Material y métodos: se realizó estudio descriptivo, observacional y transversal. Se obtuvo una muestra de 207 trabajadores, no probabilística por conveniencia: médicos familiares, estomatólogos, enfermeras, asistentes médicas, trabajadoras sociales y laboratoristas, adscritos a una unidad de medicina familiar, que se encontraban laborando de enero a febrero de 2001. Se les determinó el índice de masa corporal. Los resultados se presentaron como proporciones.

Resultados: 46 % tuvo sobrepeso y obesidad; el sexo masculino fue el más afectado (54 %) y el grupo de edad de 50 años o más (57 %). Por categorías, los laboratoristas (64 %) y médicos familiares y estomatólogos (58 %) mostraron frecuencias mayores.

Conclusiones: el sobrepeso y la obesidad fueron frecuentes en el personal de la salud de una unidad de medicina familiar. Nuestros resultados mostraron mayor frecuencia de obesidad en hombres, en comparación con estudios de población general adulta mexicana. Es necesario aplicar programas integrados, favorecer el cuidado de la salud, modificar los estilos de vida, nutrición, ejercicio e imagen corporal.

SUMMARY

Introduction: the overweight and obesity are important public health problems in Mexico and around the world because it has been a progressive growth.

Objectives: to identify the frequency of overweight and obesity in health workers at a family care unit in the Mexican Institute of Social Security.

Material and methods: a descriptive, glimpsing and transversal study was done. In this study were included 207 workers between them were family doctors, gastroenterologists, nurses, medical assistants, social workers and laboratory workers. All of them were personnel of the health care unit and they were follow from January to February 2001. The body mass index was measured (kg/m²) on all of them and the results are the following:

Results: there were overweight and obese in 46 % of them; the results showed that males were more affected (54 %) in comparison with studies in Mexican adult in general population. According to age, people 50 years old or more were most affected (57 %). According with the kind of health job that they do, the laboratory workers got 64 %, family doctors and gastroenterologist got 58 %, they were the most affected groups.

Conclusions: overweight and obesity were frequent in health care workers. This research shows a higher frequency of obesity in men compared with the studies of general adult population in Mexico. It is necessary to apply health care programs to improve life style and nutrition between health workers as well as fit programs.

Palabras clave

- ✓ sobrepeso
- ✓ obesidad
- ✓ índice de masa corporal
- ✓ personal de salud

Key words

- ✓ overweight
- ✓ obesity
- ✓ body mass index
- ✓ workers of health

Introducción

El sobrepeso y la obesidad constituyen padecimientos crónicos caracterizados por almacenamiento excesivo de tejido graso en el organismo. Se acompañan de alteraciones en el metabolismo y se asocian con patología endocrina, cardiovascular y músculo-esquelética. Se relacionan a factores psicológicos, biológicos y sociales, de tal manera que su etiología es multifactorial.¹ Los estilos de vida, la reducción de la actividad física, la ingesta calórica aumentada en relación con un gasto calórico bajo y factores genéticos, parecen ser determinantes en la génesis del padecimiento.^{2,3}

Cuadro I
Sobrepeso y obesidad por sexo, en 207 trabajadores de salud de una unidad medicina familiar de la zona metropolitana del valle de México

Sexo	Total	Normal		Sobrepeso		Obesidad	
		n	%	n	%	n	%
Masculino	65	30	46	11	17	24	37
Femenino	142	82	58	20	14	40	28
Total	207	112	54	31	15	64	31

Estas enfermedades son consideradas un importante problema de salud en la población mundial. De acuerdo con los informes de la Organización Mundial de la Salud, existen alrededor de 250 millones de personas con obesidad, lo que representa 7 % de la población mundial.⁴ Se ha estimado que una de cada tres personas tiene algún problema de salud relacionado con esta patología.⁵

En México, la Encuesta Nacional de Nutrición de 1988 informó prevalencias de 10.2 % de sobrepeso y 14.6 % de obesidad en mujeres en edad reproductiva,⁶ similar a lo observado en un estudio de sobrepeso en mujeres de 12 a 49 años y niños menores de cinco años.⁷ Otro estudio en población adulta de nivel socioeconómico bajo de la ciudad de México en 1993, mostró una prevalencia de

obesidad de 37 % en hombres y 60 % en mujeres.⁸ Comparando las encuestas de 1988 y 1999, se observa un incremento en la última de 30 y 21 % en el sobrepeso y la obesidad, respectivamente.⁹ Lo anterior pone de manifiesto la importancia de estos problemas de salud en nuestro país.

El sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para diversas enfermedades crónicas y degenerativas, las cuales incluyen diabetes mellitus, hipertensión arterial, hiperlipidemias, enfermedades respiratorias, así como procesos tumorales de la glándula mamaria, sistema digestivo y genitourinario, principales causas de mortalidad en la población adulta.⁸⁻¹²

Un estudio reciente en trabajadores del Hospital General de México confirma que tanto el sobrepeso como la obesidad son factores de riesgo para desarrollar cardiopatía isquémica,¹³ de manera similar a lo reportado en población general en México⁸ y España.¹⁴

Un método sencillo y práctico para clasificar el sobrepeso y la obesidad es el índice de masa corporal, el cual se define como la relación del peso corporal en kilogramos entre la estatura en metros elevada al cuadrado (kg/m^2).^{1,15} Este indicador está al alcance de los médicos de atención primaria, pues sólo se requiere una báscula con estadímetro para su medición.

En este estudio se proporcionan las frecuencias de sobrepeso y obesidad en personal de salud, obtenidas en una unidad de medicina familiar del área metropolitana del valle de México, del Instituto Mexicano del Seguro Social.

Material y métodos

Entre enero y febrero de 2001 se realizó un estudio observacional, transversal y descriptivo en la Unidad de Medicina Familiar 77 de la Delegación del Estado de México Oriente, Instituto Mexicano del Seguro Social, ubicada en el área metropolitana del valle de México. El universo de estudio estuvo conformado por 220 trabajadores de la salud. Se invitó personalmente en forma verbal a participar en el mismo a 215 trabajadores que laboraron durante el desarrollo del proyecto. La muestra no probabilística por conveniencia obtenida fue de 207

trabajadores: médicos familiares, estomatólogos, asistentes médicas, enfermeras, trabajadoras sociales y laboratoristas.

Un médico capacitado realizó las mediciones de estatura y peso. En una báscula con estadímetro, calibrada, se cuantificó el peso en kilogramos, con el trabajador de pie, sin calzado, con ropa interior y bata institucional. La estatura se midió en metros, con el individuo de pie, lo más erguido posible, sin zapatos, talones juntos, los brazos a los lados del cuerpo. Con estos datos se calculó el índice de masa corporal.

El sobrepeso y la obesidad se clasificaron de acuerdo con el índice de masa corporal y fue calculado conforme a los criterios de la norma oficial mexicana para el manejo de la obesidad:¹

- Normal, 18.5 a 24.9
- Sobrepeso, 25 a 26.9
- Obesidad, 27 y más

Se clasificó a los trabajadores por grupos de edad (20 a 29, 30 a 39, 40 a 49, y 50 o más años) y por categoría laboral. Por ser un grupo pequeño, se incluyó a las trabajadoras sociales en el grupo de asistentes médicas, situación similar ocurrió con los estomatólogos en relación con los médicos familiares. De esta forma, las categorías quedaron integradas de la siguiente manera: médicos familiares y estomatólogos, asistentes médicas y trabajadoras sociales, enfermeras y personal de laboratorio. Los resultados se presentaron como proporciones.

Resultados

De los 207 trabajadores de la salud, 65 fueron hombres (32 %) y 142 mujeres (68 %); 54 % tuvo un índice de masa corporal normal, 15 % presentó sobrepeso y 31 %, obesidad. Por sexo, el masculino fue el más afectado: 17 % presentó sobrepeso y 37 % obesidad (cuadro I).

Al dividirlos por edad, la frecuencia por sobrepeso y obesidad fue mayor en el grupo de 50 años o más, seguido del de 20 a 29 (cuadro II).

Por categorías, los médicos familiares y estomatólogos revelaron mayor sobrepeso (20 %)

seguidos de los laboratoristas (18 %). Respecto a la obesidad, los laboratoristas mostraron más afectación, seguidos de los médicos familiares y estomatólogos (cuadro III).

Raúl Gabriel Palacios-Rodríguez et al.
Sobrepeso y obesidad en personal de salud

Cuadro II
Sobrepeso y obesidad por edad, en 207 trabajadores de salud de una unidad medicina familiar de la zona metropolitana del valle de México

Edad (años)	Total	Normal		Sobrepeso		Obesidad	
		n	%	n	%	n	%
20 a 29	8	4	50	2	25	2	25
30 a 39	48	30	63	5	10	13	27
40 a 49	116	63	54	18	16	35	30
50 o más	35	15	43	6	17	14	40
Total	207	112	54	31	15	64	31

Discusión

Los resultados de este estudio muestran una frecuencia mayor de obesidad y de sobrepeso que la reportada por la Encuesta Nacional de Nutrición de 1988.⁶ En cambio, al compararlos con los informados en la encuesta de 1999, la frecuencia de obesidad fue menor en las mujeres.⁹

En nuestro estudio, 28 % de las mujeres presentó obesidad y 14 %, sobrepeso; González Villalpando⁸ indica hasta 60 % de obesidad en mujeres. La Encuesta Nacional de Salud del año 2000 señala una prevalencia de 80 % de sobrepeso y obesidad en mujeres mayores de 50 años.¹⁶ Nuestros resultados respecto a la obesidad en hombres (37 %) muestran una frecuencia mayor en comparación con la Encuesta Nacional de Salud 2000 (18.6 %).

La transición epidemiológica, la globalización, la comercialización de productos “chatarra” difundida por los medios masivos de comunicación, la introducción de la tecnología alimentaria transnacional y el sedentarismo, entre otros, han influido en los cambios en los estilos de vida, que a la postre se verán reflejados en la alta incidencia y prevalencia del padecimiento.¹⁷

Cuadro III
Sobrepeso y obesidad por categoría laboral, en 207 trabajadores de salud
de una unidad medicina familiar de la zona metropolitana del valle de México

Categoría	Total	Normal		Sobrepeso		Obesidad	
		n	%	n	%	n	%
Médico familiar- estomatólogo	74	31	42	15	20	28	38
Asistente médica- trabajadora social	70	47	67	8	11	15	22
Enfermera	41	26	63	4	10	11	27
Laboratorista	22	8	36	4	18	10	46
Total	207	112	54	31	15	64	31

La actividad laboral del personal de salud en términos generales es sedentaria. No hay actividad física que permita mantener un equilibrio con el gasto calórico energético y que aunado al tipo de alimentos que se consumen en las unidades (por lo general ricos en carbohidratos y grasas), favorecen la presencia del problema.

El sobrepeso y la obesidad están presentes en el personal de salud, afectando principalmente a médicos y laboratoristas, trabajadores que se encuentran bajo el dominio de un estilo de vida no saludable.

Esperamos que la difusión de estos resultados entre los trabajadores de la salud inmersos en el problema, permita que cobren conciencia de los factores de riesgo para complicaciones, en especial las cardiovasculares,^{5,8,18} con la finalidad de favorecer conductas sanas que redunden en beneficio de su salud y lograr impacto en la población que atienden, sobre todo en los pacientes afectados por sobrepeso y obesidad.⁸

Con la estrategia denominada *Programas Integrados a la Salud*, diseñada para atender a la población derechohabiente por grupos etarios, el Instituto Mexicano del Seguro Social está aplicando medidas de prevención, detección, diagnóstico y tratamiento en relación con sobrepeso y obesidad.¹⁹ Es necesario aplicar la estrategia al personal de salud, basada en consejería relativa a la nutrición adecuada²⁰ y la práctica del

ejercicio, para de esta manera lograr un índice de masa corporal dentro o cerca de parámetros normales, además de mejorar los estilos y calidad de vida, así como la imagen corporal.

Agradecimientos

A los doctores Juan Manuel López Carmona y Antonio García Santelices, así como a la señorita Claudia Cabrera Mejía y al profesor Abel Sánchez Mejía.

Referencias

1. Secretaría de Salud. Norma oficial mexicana NOM-174-SSA1-1998, para el manejo integral de la obesidad. Rev Med IMSS 2000;38(5):397-403.
2. Fajardo RA, González AG, Bello VH. Identificación, evaluación y tratamiento del sobrepeso y obesidad en adultos. Nutr Clin 1999;2:30-34.
3. Pi-Sunyer FX. Obesity: criteria and classification. Proc Nutr Soc 2000;59(4):505-509.
4. Bray GA. Contemporary diagnosis in management of obesity. New-Town, Pa: Handbook in health care; 1998.
5. Fanghanel G, Sánchez-Reyes L, Arellano MS, Valdez LE, Chavira U, Rascón PR. Prevalencia de factores de riesgo de enfermedad coronaria en trabajadores del Hospital General de México. Salud Publica Mex 1997;39:427-432.
6. Sepúlveda-Amor J, Lezana MA, Tapia-Conyer R, Valdespino JL, Madrigal H, Kumate J. Estado

- nutricional de preescolares y mujeres en México: resultados de una encuesta probabilística nacional. *Gac Med Mex* 1990;126:207-225.
7. Hernández B, Peterson K, Sobol A, Rivera J, Sepúlveda J, Lezana MA. Sobre peso en mujeres de 12 a 49 años y niños menores de 5 años en México. *Salud Publica Mex* 1996;38:178-188.
 8. González-Villalpando C, Stern MP. La obesidad como riesgo cardiovascular en México. Estudio en población abierta. *Rev Invest Clin* 1993;45:13-21.
 9. Rivera-Dommarco J, Shamah-Levy T, Villalpando-Hernández S, González-de Cossío T, Hernández-Prado B, Sepúlveda J. Encuesta Nacional de Nutrición 1999. Estado nutricional de niños y mujeres en México. Cuernavaca, Morelos, México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2001.
 10. Zárate A. Diabetes in Mexico. *Diabetes Care* 1991;14:672-675.
 11. Björntorp P. Metabolic implications of body fat distribution. *Diabetes Care* 1991;14:1132-1143.
 12. Alpizar-Salazar M, Sotomayor-Gallardo A, Castro-Ramos MA, Zárate-Aguilar A, Madrazo-Navarro M. Acciones anticipadas ante diabetes mellitus. *Rev Med IMSS* 1998;36(1):3-5.
 13. Fanghänel G, Sánchez-Reyes L, Gómez-Santos R, Torres-Acosta E, Berber A. Obesidad como factor de riesgo de cardiopatía coronaria en trabajadores del Hospital General de México. Estudio PRIT. *Rev Endocrinol Nutr* 2001;9:51-59.
 14. Gutiérrez-Fisac JL, Benegas-Benegas JR, Rodríguez-Artalejo F, Regidor E. Increasing prevalence of overweight and obesity among Spanish adults, 19987-1997. *Int J Obest Relat Metab Disord* 2000;24:1677-1682.
 15. World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. *World Health Organ Tech Rep Ser* 1995;854:1-452.
 16. Gómez-Dantés H, Vázquez-Martínez JL, Fernández-Cantón S. Obesidad en adultos derechohabientes del IMSS. Encuesta Nacional de Salud 2000. *Rev Med IMSS* 2004;42(3):239-245.
 17. Chiprut R, Castellanos-Urdaibay A, Sánchez-Hernández C, Martínez-García D, Cortez ME, Chiprut R, Del Conde-Ovadia P. La obesidad en el siglo XXI. Avances en la etiopatogenia y tratamiento. *Gac Med Mex* 2001;137(4):323-334.
 18. Zárate A, Hernández-Valencia M. La obesidad ha pasado de la cosmética a un problema de salud. *Gac Med Mex* 1998;134(1):111-115.
 19. Dirección de Prestaciones Médica. Programas Integrados de Salud. Proyecto Estratégico 2001-2003. México: IMSS; 2002.
 20. Hernández-Aceves CC, Canales-Muñoz JL, Cabrera-Pivaral C, Grey-Santacruz C. Efectos de la consejería nutricional en la reducción de obesidad en personal de salud. *Rev Med IMSS* 2003; 41(5): 429-435. **rm**

**Raúl Gabriel
Palacios-Rodríguez et al.
Sobrepeso y obesidad en
personal de salud**

